商品名：ノンフライコンベクション オーブン
型　番：EB-RM1700

取扱説明書　保証書添付

この度は本製品をお買い上げ頂きまして、誠にありがとうございます。

●本機の性能を十分に発揮させると共に、長期間支障なくお使い頂くために、ご使用前にお読みください。お読みになった後は、保証書付ですので大切に保管し、必要に応じてご利用ください。
保証書に、「お買い上げ日・販売店名」などの記入があるかを必ずお確かめください。

※本書で使用しているイラストは実物と多少異なる場合がございます。
※初めて使用する際は、煙やにおいが発生することがありますが異常ではありません。

はじめに
●もくじ
●安全上のご注意
●使用上のご注意
●同梱品一覧
●本体各部の名称

調理する お手入れ
●使用する前に
●基本操作
●お手入れ

困った時 製品仕様
●故障かな？と思ったら
●製品仕様

保証書 サポート
●保証条件の内容
●保証書/サポート情報

■はじめに
もくじ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
安全上のご注意 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2-5
使用上のご注意 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6-12
同梱品一覧 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12
本体各部の名称 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13

■調理する
使用する前に ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14
基本操作 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15-16

■お手入れ
お手入れ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17

■困った時
故障かな？と思ったら ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

■製品仕様
製品仕様 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19

■保証書・サポート
保証条件の内容 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
保証書/サポート情報 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 21

■おすすめ料理レシピ

■安全上のご注意　【必ずお読みください】

※初めて使用する際は、煙やにおいが発生することがありますが
　異常ではありません。

ご使用の前にこの「取扱説明書」をよくお読みの上、正しくお使いください。お読みになったあとはいつでも見られる所に必ず保管してください。

絵表示について

この「安全上のご注意」は、製品を安全に正しくお使いいただき、事故を防ぐための重要な注意事項と製品の取扱い方を絵表示しています。内容をよくご理解頂きましてお読みください。

警告　この表示を無視して間違った使い方をすると、死亡や大けがを負う可能性が想定される内容を示しています。

注意　この表示を無視して誤った取扱いをすると、人が障害を負う可能性が想定される内容、および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

注意（警告を含む）を促す内容があることを告げるものです。

禁止の行為であることを告げるものです。

行為を強制したり指示する内容を告げるものです。

安全上のご注意

⚠ 警告

異常や故障のとき

プラグを抜く

万一、本体から煙が出ていたり、変なにおいがする時はすぐに電源を切り、電源コードをコンセントから抜くこと。
そのまま使用すると、火災・感電の原因となります。
煙が出なくなるのを確認し、サポートセンターにご連絡ください。
※初め数回は煙が出ることがありますが、異常ではありません。

プラグを抜く

内部に水や異物が入ったら、すぐに電源を切り、電源コードをコンセントから抜くこと。
そのまま使用すると、火災・感電の原因となります。
サポートセンターに点検をご依頼ください。

プラグを抜く

使用中、落下や衝撃により破損した場合、すぐに電源を切り、電源コードをコンセントから抜くこと。
そのまま使用すると、火災・感電の原因となります。
サポートセンターに点検をご依頼ください。

プラグを抜く

電源コードが傷んだり、電源コードが発熱した時は、すぐに電源を切り、電源コードが冷えたのを確認してコンセントから抜くこと。
そのまま使用すると、火災・感電の原因となります。サポートセンターに点検をご依頼ください。

安全上のご注意

ご使用になるとき

分解禁止

修理・改造・分解はしないこと。
火災・感電の原因となります。
修理・点検はサポートセンターにご依頼ください。

禁止

内部に異物を入れないこと。
クリップ、ヘアピンなどの金属類や紙などの燃えやすいものが内部に入った場合、火災・感電の原因になります。
特にお子様のいるご家庭では、ご注意ください。

指示

使用前、製品に破損がないか確認すること。
破損したまま使用すると火災や感電・けがの原因となります。

禁止

踏んだり、乗ったり、投げたり、落としたりしないこと。
衝撃による破損の原因となり、火災や感電の原因となります。
また、持ち運ぶ際は無理に取り扱わないでください。

禁止

子供だけで使用させたり、乳幼児の手の届くところで使用しないこと。
感電やけが、やけどの原因となります。

禁止

本体内部に水や油、異物を入れないこと。
火災や感電の原因となります。

指示

お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜くこと。
また、濡れた手で抜き差ししないこと。
感電や事故の原因となります。

禁止

調理以外に使用しないこと。
火災や感電、けがの原因となります。

安全上のご注意

禁止

本体や電源コードに水や液体につけたり、水をかけたりしないこと。
ショート・感電の原因となります。

プラグを抜く

異音がしたら、電源コードのプラグをコンセントから抜くこと。
そのまま使用すると火災や感電の原因となります。

禁止

雷が鳴り出したら、電源コードを抜き、本機に触れないこと。
感電の原因になります。

禁止

電源コードのプラグは、水のかかる場所で使用しないこと。
火災やショート、感電の原因となります。

禁止

調理時以外では、タイマーダイヤルを回さないこと。
やけどやけがの原因となります。

禁止

調理中や調理直後は本体に直接触れないこと。
高温ですのでやけどの原因になります。

禁止

本体内部のヒーターに手を近づけないこと。
感電やけが、やけどの原因となります。特に使用中は本体内部が高温になりますので、手を入れたり、覗き込んだりしないでください。

禁止

本体の上に物を置かないこと。
火災の原因となります。

禁止

熱いトレーやドアガラスに水をかけないこと。
変形や故障、ガラスの破損の原因となります。

使用上のご注意

⚠ 注意

使用について

禁止

過熱を避けるため、本体や部品をアルミホイルで覆わないこと。
火災の原因となります。

指示

使用中に製品から離れたり、通電したまま放置しないこと。
過熱・事故の原因になります。

禁止

缶詰・瓶詰などを直接加熱しないこと。
故障や火災、やけどの原因となります。

注意

使用後のお手入れや持ち運びは、本体の粗熱がとれてから行うこと。
やけどの原因となります。

注意

ヒーターの上にワイヤーラック・食材等を載せないこと。
また、ヒーターに油や汁がかからないこと。
火災、感電の原因となります。

禁止

使用中は本体を移動しないこと。
けがややけどの原因となります。

指示

使用中は、庫内を時々確認すること。
発火の原因となります。特に燃えやすい物（パンなど）を調理する時は、絶対にそばを離れずに仕上がりを見ながら調理してください。

禁止

使用中、電源コードが製品に触れないこと。
本体が高温になりますので、電源コードの破損による火災・感電の原因となります。

使用上のご注意

禁止

調理中及び調理終了後しばらくはドアハンドルや操作ダイヤル以外の（本体・ドア・排気口・庫内・付属品のトレー・ワイヤーラック）に素手でふれないこと。
やけど・けがの原因になります。

禁止

開けたドアの上に調理物等をのせないこと。また、ドアに物を挟んだ状態で使用しないこと。
製品の破損・けがややけどの原因となります。

禁止

使用中は本体をふきんやタオルで覆った状態にしないこと。
故障・火災・感電の原因となります。

指示

食材と調理する時に使用できるもの以外のものは、本体内部に入れないこと。
故障や火災・感電の原因となります。

指示

本製品は家庭用製品ですので、業務用や長時間連続しての使用は、保証対象外となりますので、ご注意ください。

指示

耐熱容器を使用すること。
発火の原因となります。プラスチック製等の熱に弱い容器やラップ等の耐熱性ではない素材は絶対に庫内に入れないでください。

禁止

ドアを勢いよく開け閉めしたり、叩いたりしないこと。
故障の原因となります。

注意

万が一調理物から発煙した時は、すぐにドアを開けないこと。
タイマーをOFFにし電源プラグをコンセントから抜いて、冷めてから開けて換気をしてください。発火・火災の原因となります。

指示

身体的・知的にハンディキャップのある方、及びお子様は必ず経験者・保護者など責任の持てる方の目が届く範囲で適切な指導の下、正しく安全にご使用ください。

指示

庫内から調理物を取り出す時は静かに取り出すこと。
油脂分の多い生クリーム、バターなどは、加熱中や加熱後に突然沸とうして飛び散ることがあるのでご注意ください。

指示

使用後は必ずお手入れをすること。
発煙・発火・故障の原因となります。庫内やドアに油・食品カスなどつけたままで放置した状態で加熱すると発煙・発火の原因となります。

禁止

必要以上に加熱しないこと。
過熱により発火することがあります。タイマーは短めに合わせて、仕上がりを見ながら調理してください。

⚠ 危険

設置について

指示

壁や家具から10cm以上、テーブルや台の端から10cm以上離して設置してください。

指示

異物が浮遊するところに置かないこと。
ほこりや砂、油煙といった異物が故障の原因となり、火災やショート・感電の原因となります。ほこりなどは、定期的に取り除いてください。

使用上のご注意

指示

水のかかる場所に置かないこと。
雨や雪の吹き込む窓際・屋外・浴室でのご使用は、水漏れによる故障の原因となり、火災や感電の原因となります。

指示

不安定な場所に置かないこと。
不安定な台や振動のある場所、強度の弱い場所に置くと、落下や転倒の原因となります。

指示

温度の高いところに置かないこと。
故障の原因となり、火災や感電の原因となります。

指示

カーテンや熱に弱いもの等、燃えやすいものの近くで使用しないこと。または、スプレー缶など発火性のあるものを本体の近くに置かないこと。
破裂・火災の原因となります。

禁止

本体の上に物を置かないこと。
焦げ・変形・発火の原因となります。

禁止

排気口をふさがないこと。
ふさぐと、内部に熱がこもり故障や火災の原因となります。
排気口のほこりなどは、定期的に取り除いてください。

禁止

じゅうたんや畳、テーブルクロス等の可燃性の高いものや、ガラスやプラスチック等の耐熱性の低いものの上に置いて使用しないこと。
火災の原因となります。

⚠ 警告

電源コードについて

指示

電源コードは家庭用交流100Vのコンセントに接続すること。

禁止

電源コードは

●傷つけたり、延長するなど加工したり、加熱したりしないこと。

●引っ張ったり、重いものを乗せたり、はさんだりしないこと。

●無理に曲げたり、ねじったり、束ねたりしないこと。

指示

100ボルト交流電源（AC100V）コンセントを単独で使用すること。

タコ足配線などで他の器具と併用すると、発熱により火災の原因になります。延長コードは使用しないでください。

禁止

電源コードを分解・改造・修理しないこと。

火災・感電の原因となります。

指示

時々電源プラグを抜き、刃や刃の取付け面に、ゴミやほこりが付着している場合はきれいに掃除すること。

電源プラグの絶縁低下によって、火災の原因となります。

⚠ 注意

禁止

通電中の電源コードに布団を掛けたり、暖房機器の近くやホットカーペットの上に置かないこと。

火災・故障の原因となります。

使用上のご注意

禁止

コンセントや延長ケーブル、OAタップ等を使用しないこと。
タコ足配線等によって低格を超えると、発熱により火災や感電の原因となります。

プラグを抜く

使用しない時は、電源コードをコンセントから抜くこと。
電源プラグの絶縁低下によって、火災の原因となります。

指示

電源コードはコンセントの奥まで、確実に差し込むこと。
火災・故障の原因となります。

禁止

電源コードをコンセントから抜く時は、コードを引っ張って抜かないこと。
コードを引っ張って抜くと、コードが傷つき感電の原因となりますので、プラグを抜差ししてください。

プラグを抜く

旅行などで長時間ご使用にならないときは、安全のため電源コードはコンセントから抜くこと。
万が一故障した時、火災の原因となることがあります。

禁止

破損したコンセントを使用しないこと。
火災やショート、感電の原因となります。

禁止

濡れた手で電源コードのプラグの抜差しをしないこと。
感電の原因となります。

使用上のご注意

廃棄について

●廃棄する場合は、自治体の指示に従ってください。

免責事項

●取扱い説明書やパッケージの記載に従った使用ではない場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

●落下・衝撃・圧力・負荷といった外的要因による故障の場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

●火災・地震・落雷・風水害といった自然災害による故障の場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

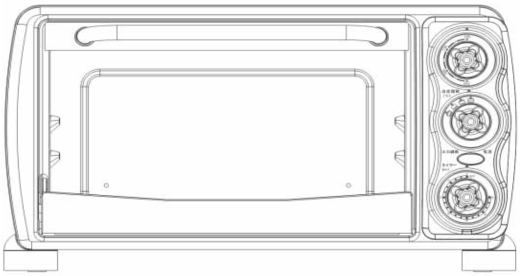
●製品の消耗・劣化による故障の場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

●製品の使用を伴って事業利益を逸失した場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

●製品の使用に伴って関連装置が故障した場合、弊社は一切の責任を負いかねます。

同梱品一覧

以下の内容物が全て揃っていることをご確認ください。
※　イラストは実物と異なる場合があります。



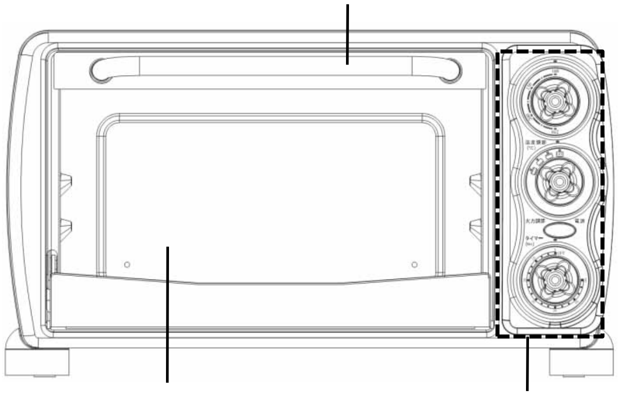
本体
（トレー×1、ワイヤーラック×1）

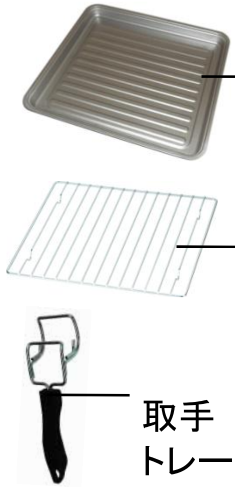
取手

説明書・保証書（本書）

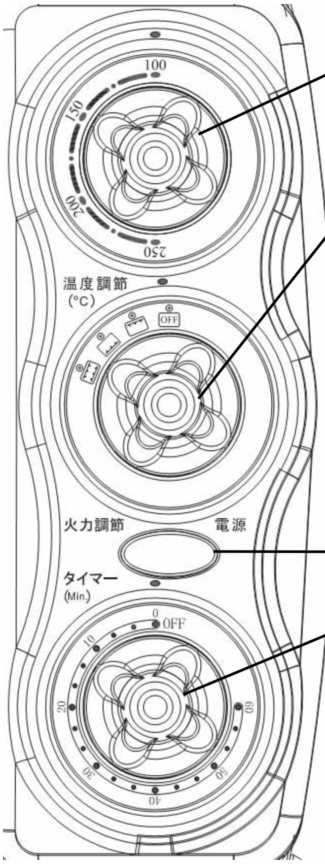
本体各部の名称

本体正面





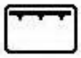
操作部

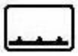


温度調節ダイヤル

火力調節ダイヤル

OFF（ファンのみ）

 上ヒーターのみ

 下ヒーターのみ

上+下ヒーター

※コンベクションは全ての切換えで作動します。

電源ランプ

タイマーダイヤル

・タイマーを回すと、自動的にスイッチが入ります。
・設定した時間が経過すると、自動的に電源が切れます。
・電源を切る場合には、反時計回りに回して「0」に戻します。
・調理時間を10分以下に設定する場合は、一度タイマーダイヤルを10分以上のところまで回してから、10分以下に戻します。

使用する前に

・本製品をお使いになる前に、付属品を水洗いしてください。
・においをとるため、付属品のトレーとワイヤーラックを庫内にセットする前に空焼きを行ってください。

1、本体及び庫内から梱包材やワイヤーラック、トレーを全て取り出してください。

2、本体内部をよく絞ったふきんで拭いてください。

3、本体設置
本体を壁や家具から10cm以上、テーブルや台の端から10cm以上離れた安定したところに設置してください。

4、本体が完全に乾燥してから、本体背面のアース線をご家庭のアース端子に接続して、電源プラグをコンセントに差し込みます。

5、温度調節ダイヤルを250℃に、火力調節ダイヤルを に回してください。

6、タイマーダイヤルを20分に設定してください。
タイマーをセットすると、自動的に電源がオンになり、電源ランプは赤く点灯します。

7、加熱が終了するとベルが鳴ります。温度調節ダイヤルと火力調節ダイヤルを元に戻して、電源プラグをコンセントから抜いてください。

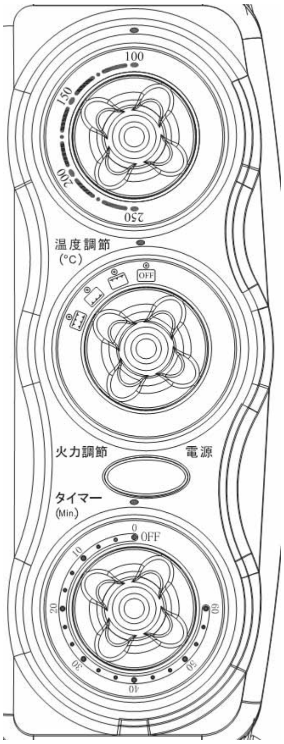
8、本体のドアを開けて換気してください。

※初めは、煙やにおいが発生することがありますが異常ではありません。

基本操作

**1、本体背面のアース線をご家庭のアース端子に接続して、電源プラグを
　コンセントに差し込みます。**

2、必要に応じて予熱をします。



①温度調節ダイヤルを回して予熱温度を設定します。
②火力調節ダイヤルを回してヒーター設定をします。
③タイマーダイヤルを回して予熱時間を設定すると、
　加熱を開始します。電源ランプが点灯します。

※注意

・予熱時にトレー・ワイヤーラックを入れて空焼きしないでください。
・タイマーダイヤルを固定したり、回しすぎたりしないでください。
・調理中、本体内外ともにかなり熱くなっています。本体の上・周囲にものを
　置かないでください。
・本体をふきんやタオルで覆った状態にしないでください。

3、予熱が完了したら、調理物をトレーまたはワイヤーラックに載せて庫内に入れます。
調理物によって、温度・火力・時間をセットして、調理を始めます。

※注意

・予熱をした場合、本体や庫内が熱くなっていますので、必ず付属の取手を使って出し入れしてください。
・油が飛び散りやすい物や焦げやすい物には、アルミホイルを敷いたり、かぶせたりしてください。
・調理時間を10分以下に設定する場合は、タイマーダイヤルを10分以上のところまで回してから、10分以下に調整します。
・肉・魚など油や汁の出るものは、直接トレーに置かず、アルミホイルやクッキングシートをトレーに敷いて調理してください。
・アルミホイルを使用して調理する場合は、アルミホイルがヒーターに触れないようにご注意ください。
・生の肉・魚やフライなど直接調理しないでください。また、フライなど油の出るものをトレーなしで加熱しないでください。
・調理中・調理後は本体の内外部ともに熱くなっています。ドアハンドルと操作部のダイヤル以外は素手で触れないでください。

4、ベルが鳴ったら、仕上がりを確認します。
出来上がった調理物を取り出します。
※庫内やトレー・ワイヤーラックは熱くなっていますので、調理物は必ず付属の取手か市販のミトン等を使って出し入れてください。

5、ご使用後は各ダイヤルを元に戻して、電源コードをコンセントから抜いてください。

●ご使用になった後は、必ず電源プラグを抜き、本体が冷めてからお手入れをしてください。

●金属タワシ・みがき粉・ベンジン・クリーナー・漂白剤は使用しないでください。

●ヒーター部分をお手入れしないでください。

●本体（庫内）及び電源コードのプラグは、水に浸けたり、水洗いしないでください。

本体外側・ドア

本体を丸洗い・水洗いは絶対にしないでください。

●油汚れや食物カスは、よく絞ったふきんで拭いてください。

●落ちにくい汚れは台所用食器用洗剤を少し付けた布で拭き取り、その後よく絞ったふきんで拭いてください。

庫内

●庫内の油汚れや食物カスは、よく絞ったふきんで拭いてください。

●油がたまった場合は、よく絞ったスポンジなどで拭き取った後、20分ほど空焼きします。庫内が冷えきる前に再度絞ったスポンジで拭き取ってください。

※本体が熱いうちは、絶対に手を触れないでください。

トレー・ワイヤーラック・取手

●スポンジで洗い、よく乾かしてください。

※金属タワシなどで洗うと、表面に傷をつけますので、柔らかいスポンジで洗ってください。

※化学ぞうきんや強い洗剤・漂白剤・ベンジンやシンナー等の溶剤は使用しないでください。

故障かな？と思ったら

故障かな？と思った時は、下記の項目をもう一度チェックしてください。
また、一度使用を中止し、再度起動してみてください。
それでも正常に作動しない場合は、お買い上げの販売店にご相談いただくか、弊社サポートセンターにご連絡ください。
（各項目の詳細は、この説明書の対応する項目をお読みください）

現象	考えられる原因・確認事項
タイマーダイヤルを回しても電源ランプがつかない	電源コードのプラグがしっかりとコンセントに差し込まれているか、確認してください。
	調理時間を10分以下に設定する場合は、10分以上になるようにタイマーダイヤルを回してから、10分以下に戻してください。
連続してパンをトーストすると、同じタイマー設定なのに、後から焼いたパンが焦げた	連続してトーストすると、庫内が温まっているため、後から焼いたパンの方が焼き目が濃くなることがあります。 連続してトーストする時は、2回目から調理時間を少し短くしてください。
加熱されない	電源ランプが点灯していますか。 タイマーダイヤルを回して、時間を設定してください。
	火力調節ダイヤルがOFFになっていませんか。 火力調節ダイヤルで設定してください。
	本体庫内の温度が高すぎると、自動的に内蔵サーモスタットが働き、途中で調理物を取り出すと、加熱不足になる場合があります。

製品仕様

型番	EB-RM1700
商品名	ノンフライコンベクション オーブン
定格電源	AC100V　50/60Hz
消費電力	1000W
本体サイズ	約400（W）×344（D）×230（H)mm
内部サイズ	約278（W）×280（D）×175（H)mm
温調範囲	100～250℃
トレーサイズ	約277（W）×261.8（D）×20（H)mm
ワイヤーラックサイズ	約277.5（W）×264（D）mm
製品重量	約4.3kg
庫内容量	約12L
電源コード長さ	約0.9m
付属品	取扱説明書、ワイヤーラック、トレー、取手

※仕様は製品の改善・品質向上のため予告無く変更される場合があります。

製品仕様

保証条件の内容

保証期間は、お買い上げの日から1年間(本体)です。※付属品は除きます。

保証期間内でも以下の場合は有料修理となります。ご確認ください。

●下記の事項

１、誤った使用・不当な修理・改造・分解で生じた故障または損傷。

２、お買い上げ後の落下・故意による破損・輸送等で生じた故障または損傷。

３、火災・天災地変・塩害・異常電圧・指定外電圧使用等での生じた故障
または損傷。

４、本書の提示がない場合。

５、本書にお買い上げ日・お客様名・販売店名の記入がない場合。

６、一般家庭用以外(業務用等)、または異常な連続使用による故障
または損傷。

７、使用時に起きた傷・色あせ・汚れ・または保管の不備で起きた損傷。

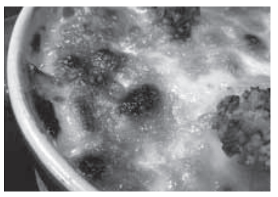
８、付属品と消耗品の交換。

●本書(保証書)は日本国内において有効です。

※保証期間中でも保証書のご提示が無い場合、有償修理となる場合が
あります。
※弊社出張修理サービス等は行っておりません。修理・点検ご希望の際は
カスタマー サポートへご相談ください。

おすすめ料理レシピ

ケチャップ味のチキンドリア



材料

＊チキンライス

チキン（小さめにカット）	1/2枚
米（炊いてあるもの）	2膳分
マッシュルーム（スライス）	4個
玉ねぎ（みじん切り）	1/2玉
ケチャップ	適量
バター	大1
塩・コショウ	適量
溶けるチーズ（ピザ用チーズ等）	

＊ベシャメルソース

薄力粉	40g
バター	40g
牛乳	200cc
生クリーム	200cc
塩・コショウ	適量

準備

コンベクションオーブンを（上ヒーターのみ）200度で予熱しておく。

作り方

①ベシャメルソースを作る。
鍋にバターを入れ、溶けたら薄力粉を加える。よく混ぜる。
ふつふつしてきたら牛乳と生クリームを加える。
塩・コショウで味を調える。
※チキンライスやチーズと一緒に組み合わせることを考えてあまりしょっぱくしない方が良い。
※牛乳は温めなくても泡だて器で混ぜればだまになりにくい。

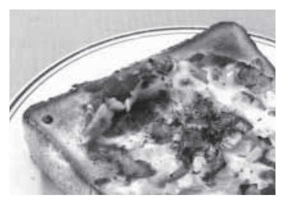
②チキンライスを作る。
フライパンにバターを入れる。
溶けたら鶏肉を炒め、軽く火が通ったら玉ねぎとマッシュルームを加え炒める。米を入れケチャップ、塩コショウで味をつける。

③器にチキンライスをいれ、その上にベシャメルソース、溶けるチーズをお好みでのせる。
※あまりチキンライスを厚く盛りすぎない方がソースとの一体感が出て美味しい。

④予熱したオーブンで（上ヒーターのみ）約5分焼く。
（焦げ目がつく程度）

おすすめ料理レシピ

ピザトースト



材料

トマトソース（多めにできます。）		
オリーブオイル	大2	
ニンニク（みじん切り）	1かけ	
玉ねぎ（みじん切り）	1/2玉	
ホールトマト	1缶	
バジル	適量	
塩・コショウ		

お好みのパン	
ツナ	適量
ピーマン	適量
コーン	適量
溶けるチーズ	適量
ベーコン	適量

準備

パンにトマトソースを塗り始める前にコンベクションオーブンを(上ヒーターのみ)200度で予熱しておく。

作り方

①トマトソースを作る。
鍋にオリーブオイルとニンニクのみじん切りを入れ、弱火にかける。ニンニクの香りが立ってきたら玉ねぎを加え、しんなりするまで炒める。
裏ごししたホールトマトを加え、煮込む。塩・コショウ、バジルで香りづけして完成。

②トーストにトマトソースを適量塗る。

③ツナ、ベーコン、ピーマン、コーン、チーズなどお好みでのせる。

④予熱したオーブンで(上ヒーターのみ) 3～5分ほど焼く。
チーズが溶けたら出来上がり。

おすすめ料理レシピ

チョコチップクッキー

材料

薄力粉	150g
ベーキングパウダー	小1
砂糖	70g
塩	一つまみ
バター(無塩)	75g
卵	1個
チョコチップ	90～120g

準備

・コンベクションオーブンを(上+下ヒーター) 180度で
予熱しておく。
・バターを常温に戻しておく。

作り方

①室温に戻したバターをホイッパーで滑らかになるまで混ぜ、
更に砂糖を加えてすり混ぜる。

②溶いた卵を2回ほどに分けてすり混ぜる。

③ふるった薄力粉を一度に加え混ぜ合わせる。
半分ほど混ざった時点でヘラでチョコレートチップを加える。

④トレイにシートを置き、③を一口大にすくっておく。
表面を軽く押す。

⑤予熱したオーブンで(上+下ヒーター)10～15分ほど焼く。
途中色づいてきたら150度に下げて更に10分ほど焼く。

※お好みでクルミなどナッツを入れてもおいしいです。その場合は軽くローストしてから
ご使用ください。

おすすめ料理レシピ

ローストビーフ

材料

牛肉（ブロック肉）	500g	＊ソース	
タコ糸	適当な長さ	玉ねぎ	1玉
サラダ油	適量	ニンニク	1〜2かけ
塩・コショウ	適量	赤ワイン	大4
人参	1/2本	醤油	大3〜大4
玉ねぎ	1/2玉	砂糖	大1
セロリ	1/4本	はちみつ	大1/2
ニンニク	2片	塩・コショウ	適量
好みのハーブ（タイム・ローズマリーなど）	2かけ		

準備

・コンベクションオーブンを（上＋下ヒーター）200度で予熱しておく。
・牛肉は常温にしておく。・野菜は1cm角くらいにカットしておく。

作り方

①野菜を焦がさないようにじっくり炒める。
食べてみて美味しいと思えるくらいに。

②牛肉（ブロック肉）を大体均等な太さになるようにボンレスハムのようにタコ糸で巻く。塩・コショウをし、フライパンで表面に軽く焼き色がつくくらいに焼く。

③トレーに炒めた野菜、ハーブをひき、その上に肉を置く。

④予熱したオーブンで途中裏返しながら（上＋下ヒーター）
約15分ほど焼く。肉の太さや最初の焼き加減により変わってしまいます。
※金串を中心にさしてみてすぐに唇に当てます。暖かければ大丈夫です。
ぬるいなと思ったらもう少し焼いてください。

⑤焼きあがったらアルミホイルでカバーをし、予熱で火を通しながら肉汁を落ち着かせる。

⑥焼いている間にソースを作る。
玉ねぎ、にんにくをすりおろす。材料を全て小鍋に入れ火を通す。
塩・コショウで味付けする。好みでレモンを絞ってもよい。

おすすめ料理レシピ

サーモンのアルミ
ホイル包焼

材料 (2人分)

サーモン	2切れ
しめじ	1/2袋
エリンギ	1本
玉ねぎ	1/4玉
酒	大2
しょうゆ	大2
バター	10gのもの×2
塩・コショウ	適量

準備

・コンベクションオーブンを(上+下ヒーター)200度で予熱しておく。

作り方

①サーモンは軽く塩をして10分ほど置く。
水が出てきたらキッチンペーパーで水気を取る。
※出てきた水分をそのままにすると臭みの原因となる。

③ホイル中央に玉ねぎ、しめじを置きその上にサーモンをのせる。
エリンギを回りに散らし、酒、しょうゆ、バターを入れ、
アルミホイルの上を巻いて閉じる。

④予熱したオーブンで(上+下ヒーター) 約15分ほど
蒸し焼きにする。

おすすめ料理レシピ

ガーリックトースト

材料

フランスパン
ガーリック
オリーブオイル
有塩バター
パセリ

すべて適量

準備

・コンベクションオーブンを（上ヒーターのみ）200度で予熱しておく。

作り方

①平たい器にオリーブオイル、すり下ろしたガーリックを入れておく。

②フランスパンを２ｃｍほどに斜めスライスする。

③フランスパンの片面を①に軽く浸し、バターを表面に置きオーブンへ入れる。

④予熱したオーブンで（上ヒーターのみ）２～４分ほど焼く。お好みで焼き上げてください。

おすすめ料理レシピ

オニオングラタンスープ

材料

玉ねぎ	3玉
塩	少々
バター	適量
コンソメスープ	400cc
塩・コショウ	適量
フランスパン	適量
溶けるチーズ	適量

準備

・コンベクションオーブンを(上ヒーターのみ)200度で予熱しておく。

作り方

①玉ねぎは薄くスライスする

②フライパンにバターを溶かし、①を入れ軽く表面に塩をする。
※こうすることで早く玉ねぎの水分が出て色がつきやすくなる。

③飴色になるまで中弱火でじっくり炒める。
※焦げ付かないように注意。しかしずっと混ぜすぎていても色がつきにくいので適度に混ぜる。

④玉ねぎが飴色になって充分甘くなったら、温めたコンソメスープを加える。塩・コショウで味付けする。

⑤器に入れ、フランスパンをしみこませる。上にチーズをのせる。

⑥予熱したオーブンで(上ヒーターのみ)1～5分ほどぐつぐつ沸騰するまで加熱する。

おすすめ料理レシピ

チキンポットパイ

材料 (4人分)

鶏もも肉	1枚	鶏がらスープ	180cc
塩・コショウ	適量	生クリーム	200cc
小麦粉	適量	牛乳	適量
マッシュルーム	6個	冷凍パイシート	適量
玉ねぎ	1個	卵黄	適量
バター	適量		

準備

・コンベクションオーブンを（ 上＋下ヒーター）200度で予熱しておく。
・冷凍パイシートは冷蔵庫で解凍しておく。

作り方

①鶏もも肉を好みの大きさにカットし、塩コショウでしっかり下味を付ける。 ※ここでしっかり下味を付けておくと、ぼけた味にならない。

②マッシュルームと玉ねぎはスライスする。

③①に小麦粉をまぶし、油を引いたフライパンであまり色を付けないように表面を焼く。

④鍋にバターを入れ②を炒め、③も加える。スープを入れ火が通るまでじっくり煮込む。最後に生クリームと、とろみ加減を見ながら必要であれば牛乳を加える。

⑤塩・コショウで味を付ける。

⑥パイシートを２～３mmほどに伸ばし、器より2cmほど大きくカットする。

⑦器の周りに卵黄を塗り、アツアツの⑤を入れ、伸ばしたパイ生地でしっかりフタをする。パイ生地表面に艶出し用卵黄を塗る。

⑧すぐに予熱したオーブンへ入れるて（ 上＋下ヒーター）10～15分ほど焼く。ぷくーっと膨らみ、きつね色になったら出来上がり。 ※器の形状や面積によって時間は調節してください。

おすすめ料理レシピ

とりのからあげ

材料

鳥もも肉	1枚	
塩・コショウ	適量	A
しょうゆ	大1	A
しょうが汁	小1	A
ニンニク（擦りおろす）	ひとかけ	A
溶き卵	1/2	A
油	大1/2	A
片栗粉	大2	

準備

・コンベクションオーブンを（上＋下ヒーター）200度で予熱しておく。

作り方

①鶏もも肉を一口大にカットする。

②Ⓐの調味料でよく揉み込み30分ほど漬け込む。

③②をかたくりこでまぶす。

④予熱したオーブンで（上＋下ヒーター）12～18分ほど焼く。

※鶏肉の大きさにより加熱時間が変わります。火が通ったか確認してお召し上がりください。